

施設長	施設栄養士	委託責任者

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和7年 2月

[モナトリエ]

	16(日)	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 ベーコンソテー お浸し(小松菜) 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 白菜の柚子和え 南瓜含煮 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 焼き鮭 しそ昆布和え 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 鯖の煮付 冷奴 漬物	◎和食 御飯 味噌汁 ミートボール オクラのオカホシ酢 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 厚焼き卵 大根の金平 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 ほっけの塩焼き 白菜レモン風味和え ふりかけ
	◎洋食 パン ベーコンソテー スパサラダ スープ	◎洋食 パン 南瓜のソテー キュウリとチーズのサラダ スープ	◎洋食 パン チンゲン菜のソテー ベビーハム スープ	◎洋食 パン フライドポテト ロースハム スープ	◎洋食 パン ミートボール マカロニソテー スープ	◎洋食 パン オムレツ 大根のサラダ スープ	◎洋食 パン 白菜レモン風味和え ウインナー ジュース
昼食	御飯 鰹の焼き浸し さつま芋サラダ レバーの生姜煮 清汁 漬物	麦ご飯 揚げだし豆腐 山芋のとろろ 赤だし 漬物	おにぎり かき揚げそば 里芋サラダ フルーツ	御飯 鶏肉の海鮮香味焼き もやしのナムル 清汁 漬物	ちりめん彩り御飯 魚の照焼 キュウリとカニカマの酢物 茶碗蒸し 清汁 フルーツ	ビーフカレー ブロッコリーサラダ フルーツ 漬物	御飯 ホキの磯辺揚げ かまぼこの胡麻和え 里芋のそぼろ煮 清汁 漬物
昼間食	ゼリー	どら焼き	ホットケーキ	蒸しパン	クレープ	ミルクずもち	カステラ
夕食	御飯 酢鶏風 なめたけの五目和え 山菜の煮付 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 魚の焼き柚子あんかけ 厚揚げのそぼろ煮 あざりとふだん草の和えもの 清汁 飲むヨーグルト	御飯 牛肉とゴーヤのチャンプル風 ホーレン草お浸し 竹輪の金平 清汁 飲むヨーグルト	御飯 白身魚の青じそのせ たけのこの胡麻和え じゃが芋の高菜炒め 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 豚肉の生姜焼き なすのそぼろ煮 ふだん草のごま和え 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 味噌煮 小松菜と鶏肉の和え物 ハムと野菜の炒め物 清汁 飲むヨーグルト	御飯 鶏肉竜田焼き 豆腐のサラダ ひじきの煮付け 味噌汁 飲むヨーグルト
成分値	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1681 kcal 蛋白質 : 67.3 g 脂質 : 37.6 g 炭水化物 : 241.4 g 塩分 : 8.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1667 kcal 蛋白質 : 59.3 g 脂質 : 27.1 g 炭水化物 : 281.3 g 塩分 : 7.9 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1511 kcal 蛋白質 : 65.3 g 脂質 : 26.1 g 炭水化物 : 249.7 g 塩分 : 6.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1641 kcal 蛋白質 : 64.6 g 脂質 : 39.8 g 炭水化物 : 241.8 g 塩分 : 6.4 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1553 kcal 蛋白質 : 65.0 g 脂質 : 28.8 g 炭水化物 : 249.8 g 塩分 : 8.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1611 kcal 蛋白質 : 72.4 g 脂質 : 26.9 g 炭水化物 : 263.9 g 塩分 : 7.2 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1620 kcal 蛋白質 : 65.6 g 脂質 : 40.2 g 炭水化物 : 239.1 g 塩分 : 6.6 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1716 kcal 蛋白質 : 67.5 g 脂質 : 43.5 g 炭水化物 : 238.7 g 塩分 : 9.4 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1649 kcal 蛋白質 : 60.4 g 脂質 : 37.7 g 炭水化物 : 246.7 g 塩分 : 7.3 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1425 kcal 蛋白質 : 63.8 g 脂質 : 27.9 g 炭水化物 : 228.4 g 塩分 : 7.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1509 kcal 蛋白質 : 59.1 g 脂質 : 38.1 g 炭水化物 : 220.1 g 塩分 : 7.1 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1569 kcal 蛋白質 : 65.6 g 脂質 : 34.1 g 炭水化物 : 244.2 g 塩分 : 8.9 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1474 kcal 蛋白質 : 68.6 g 脂質 : 25.4 g 炭水化物 : 238.4 g 塩分 : 6.3 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1608 kcal 蛋白質 : 61.2 g 脂質 : 45.1 g 炭水化物 : 231.9 g 塩分 : 7.0 g

*都合により献立を変更することがあります。

施設長	施設栄養士	委託責任者

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和 7年 2月23日(日)～3月1日(土)

[モナトリエ]

	2/23(日)	24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	3/1(土)
朝食	◎和食 御飯 味噌汁 ごぼうの煮付け ホーレン草の柚子和え 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 カリフラワーのソテー 甘酢和え 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 冷奴 山芋のポン酢和え 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 魚の梅肉ソースかけ ピーナッツ和え 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 角天の煮物 白菜のお浸し 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 卵豆腐 魚の塩焼き 漬けもの	◎和食 御飯 味噌汁 厚焼き卵 煮魚 漬けもの
	◎洋食 ロールパンとレーズンロール ホーレン草の柚子ドレッシング和え バナナ スープ	◎洋食 パン カリフラワーのソテー キャベツのサラダ スープ	◎洋食 パン ベーコン 南瓜サラダ スープ	◎洋食 パン ウイナーと野菜の炒め物 マカロニ卵サラダ スープ	◎洋食 パン ロースハム 白菜のサラダ スープ	◎洋食 パン ゆで卵 ウイナー スープ	◎洋食 パン ポテトサラダ いんげんのソテー スープ
昼食	御飯 ハンバーグ ポテトサラダ 茄子のソテー コンソメスープ 漬物	御飯 筑前煮 竹輪ゆかり天 清汁 漬けもの	御飯 ムニエル 白菜の酢物 煮物(はんぺん) 清汁 漬物	御飯 鶏肉と小松菜塩コンブ ソーメンサラダ ワカメスープ フルーツ	御飯 魚のバジル風味焼き アスパラソテー 春雨のマヨネーズ和え 味噌汁 漬け物	御飯 魚の味噌煮 冬瓜とのカニフレークソテー お浸し 豆乳味噌汁 漬け物	赤飯 豚肉の和風ソースかけ ビーンズサラダ きのこことあさりのバター炒め 清汁 漬けもの
昼間食	ゼリー	今川焼き	どら焼き	丸ポーロ	しっとり饅頭	クリームコンフェ	ゼリー
夕食	御飯 魚みりん焼き 白和え 五目煮 清汁 飲むヨーグルト	御飯 豚肉とブロッコリー味噌炒め ツナと青菜のお浸し 糸こんにゃくの煮物 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 千草焼きのあんかけ ふるふき大根 ごまマヨネーズ和え 清汁 飲むヨーグルト	御飯 山椒焼き 含煮(高野豆腐) ドレッシング和え 味噌汁 飲むヨーグルト	御飯 豚肉の利久焼き ホーレン草の和え物 オクラとろろ 清汁 飲むヨーグルト	御飯 焼き肉 アスパラのソテー 大根の酢の物 清汁 飲むヨーグルト	御飯 赤魚の醤油麹焼き ふだん草のお浸し 焼きなす 味噌汁 飲むヨーグルト
成分値	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1836 kcal 蛋白質 : 76.1 g 脂質 : 40.6 g 炭水化物 : 285.2 g 塩分 : 8.1 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1545 kcal 蛋白質 : 64.4 g 脂質 : 26.4 g 炭水化物 : 255.0 g 塩分 : 7.8 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1509 kcal 蛋白質 : 57.4 g 脂質 : 22.7 g 炭水化物 : 252.4 g 塩分 : 6.3 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1512 kcal 蛋白質 : 60.0 g 脂質 : 30.7 g 炭水化物 : 244.7 g 塩分 : 8.0 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1469 kcal 蛋白質 : 63.3 g 脂質 : 27.7 g 炭水化物 : 229.6 g 塩分 : 7.5 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1469 kcal 蛋白質 : 67.5 g 脂質 : 29.7 g 炭水化物 : 226.0 g 塩分 : 7.6 g	<一日合計> ◎選択メニュー1 エネルギー : 1554 kcal 蛋白質 : 81.5 g 脂質 : 47.5 g 炭水化物 : 179.0 g 塩分 : 7.8 g
	◎選択メニュー2 エネルギー : 1708 kcal 蛋白質 : 74.1 g 脂質 : 43.3 g 炭水化物 : 252.0 g 塩分 : 8.9 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1526 kcal 蛋白質 : 64.7 g 脂質 : 31.0 g 炭水化物 : 242.3 g 塩分 : 8.6 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1519 kcal 蛋白質 : 57.2 g 脂質 : 35.3 g 炭水化物 : 220.1 g 塩分 : 7.0 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1543 kcal 蛋白質 : 60.7 g 脂質 : 38.9 g 炭水化物 : 234.5 g 塩分 : 9.3 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1366 kcal 蛋白質 : 61.5 g 脂質 : 30.5 g 炭水化物 : 201.9 g 塩分 : 6.3 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1460 kcal 蛋白質 : 66.7 g 脂質 : 38.8 g 炭水化物 : 205.7 g 塩分 : 6.8 g	◎選択メニュー2 エネルギー : 1463 kcal 蛋白質 : 64.0 g 脂質 : 28.3 g 炭水化物 : 219.6 g 塩分 : 7.1 g

*都合により献立を変更することがあります。